

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

Голина Е.Г.



# МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	180	14,94	4,2	7,9	10,5	130
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,83	2,3	5,8	15,9	125
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	11,22	4,2	4,7	15	119
Итого		41,89	15,8	23	41,7	437
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,76	0,1		1,5	9
Итого		0,76	0,1		1,5	9
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	55	3,97	0,6	3,5	3,8	50
СУП С МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	200	15,14	5,2	7,4	17,5	158
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	10,69	2,9	3,8	8,3	82
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	35,53	12	13,9	1,5	181
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,89			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,62	2,5	0,3	16,3	79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,92	1,5	0,1	9,6	45
Итого		69,76	24,7	29	64,5	625
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	136	11,85				
Итого		11,85				
<b>Ужин</b>						
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	105	16,89	9,9	5,4	46,3	273
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,95	0,1		0,3	2
Итого		17,84	10	5,4	46,6	275
Всего		142,09	50,6	57,4	154,3	1346

Зав. производством (шеф-повар)

Девяшина М.А

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

*Голина Е.Г.* /Голина Е.Г./

## МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ КУКУРУЗНЫЙ	200	16,62	4,7	8,6	11,7	144
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/8	6,75	2,3	5,8	15,9	125
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,91	5,1	4,6	0,3	63
КАКАО НА МОЛОКЕ	200	13,40	5,1	5,5	17,2	141
Итого		45,68	17,2	24,5	45,1	473
<b>II Завтрак</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,77	0,1		1,5	9
Итого		0,77	0,1		1,5	9
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	55	3,98	0,6	3,5	3,8	50
СУП С МОСКОВСКИЙ НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	250	18,15	6,3	9,1	21,7	197
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	12,93	3,4	4,9	10,1	100
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	105	46,56	15,9	19,3	2	246
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,04			7,5	30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	2,02	3,2	0,4	20,4	98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,61	2,6	0,2	16,8	79
Итого		87,28	32	37,4	82,3	800
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК	146	12,69				
Итого		12,69				
<b>Ужин</b>						
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	125	20,05	11,8	6,3	54,6	324
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,17	0,1		0,3	2
Итого		21,22	11,9	6,3	54,9	326
Всего		167,64	61,2	68,2	183,8	1608

Зав. производством (шеф-повар)

*Деяшина М.А.*

Деяшина М.А.